

そよ風



4
診察室



【特集】

乳がん検診のすすめ

【TOPICS】

乳がん検診の案内

表紙の“あの人”

院内調査隊

【色々ある自動販売機の世界】

個の力を生かす チーム医療

【特集】

乳がん検診のすすめ



最近ニュースなどで話題になることが多い乳がんですが、実際のところ食生活やライフスタイルの変化に伴って患者数は急増しており、女性のがん罹患率では乳がんが1位です。最近では40歳以上の女性の10人に1人が乳がんと診断されています。日本で乳がんにかかる人が最も多いのは40代50代の女性です。乳がんは進行がんであっても他のがんとは違い抗がん剤がよく



外科部長
たかしま ひろし
高嶋 寛年

効くため死亡率は高くありませんが、抗がん剤治療を行う場合は患者さんの負担はかなり大きいのです。特に、働き盛りの40代50代の患者さんが多いので、患者さんの家庭にも多大な影響を及ぼします。

乳がんは痛みや体調の変化などの症状がまずありませんし、胃がん大腸がんと違って早期がんであっても手術だけで治療が終わることはあまりありません。早期がんでも抗がん剤が必要になる場合はかなり多いです。早期発見につなげるためにも乳がん検診を受診しましょう。乳がんは①小さい段階からしこりを形成するがん②しこりを形成しないがん、があります。①のしこりを形成するタイプのがんであれば自己検診（自分での触診）である程度は分かるといわれています。②のしこりを形成しないタイプのがんではマンモグラフィーを行わない限り早期発見されません。

当院では2018年8月に最新の高性能のマンモグラフィーを導入しました。自己検診（自分での触診）ではわからない②のしこりを形成しない場合の早期乳がんの発見に非常に有用です。また、マンモグラフィーだけでなく自己検診（自分での触診）も併せて行くと発見率は上昇します。胃がん大腸がんと同様に検診で早期発見可能ながんですので検診を受けないのはもったいないです。さらに、異常に気付いたら、「こんなことで受診してしかられないだろうか？」とか、「これくらい大丈夫」とか考えずにすぐに受診してください。庄原日赤は広島市民病院を指導施設とする乳がん学会の関連施設になっております。乳がんの診療に当たり広島市民病院と密接な連携を取っておりますので安心して受診してください。



乳がん自己検診の方法



1 乳頭を起点に指の腹を渦巻き状に動かし、外縁まで広げて、しこりがあるかを確認



2 親指以外の4本の指を伸ばし、縦や横方向にまんべんなく触り、しこりがあるかを確認



3 わきの下に手を入れて、しこりがあるかを確認



4 乳房や乳頭を絞るようにして、乳頭から血の混じった分泌物が出てないかを確認

一次のような症状はありませんか？



- 乳房にいつもと違う硬さやしこりがある
- 乳頭や周辺部に湿疹やただれがある
- 乳房がひきつれる
- 乳頭がひっぱられる、もしくは向きや高さが変わる
- 乳頭から褐色あるいは血液状の分泌物が出る

その他気になる症状がある方は、**外科**を受診してください。

■診療日:月～金 ■受付時間:8時00分～11時00分

「症状はないけど不安」という方は、**乳がん検診**を受けてください。

■検査内容:視触診、マンモグラフィー ※マンモグラフィーのみでも承ります

■対象者:35歳以上の女性 ■料金:5,200円(税抜)



予約・申し込み:庄原赤十字病院 医療社会事業部(健診室)

電話:0824-72-3219(直通) 10時00～15時00 ※詳細はお問い合わせください

表紙の“あの人”



看護師
あちあい
落合 ひとみ

■外来看護師のお仕事

外来看護師は各診療科で様々な業務を行っています。その中でも今回は内科についてご紹介します。現在、診察室を改修し4月より新たに「糖尿病・腎臓病センター(仮称)」が開設予定です。

最近テレビ・雑誌などで「病気になるために」と題した「食べ物・食べ方・暮らし方」など目にしない日がないほど健康志向が高まっています。一方で、「情報が多く、何を信じていいかわからない」という声もよく耳にします。こんな時どうすればいいのでしょうか？そうです。外来の看護師に相談してください。万人にはない、あなたに最も適していることをお話できるのが私たちです。

成人の4人に1人は糖尿病と言われるほど患者さんが増えている現在、糖尿病のことを正しく知って、もっと健康寿命を延ばしていつまでも健康でいたいと考えています。その一つの方法として、4月から内科の診察を待っておられる皆さんの前で、「3分でわかる健康講話」をさせていただこうと計画しております。楽しみにしてください。

▶基本理念

庄原赤十字病院は、人道・博愛・奉仕の赤十字精神にのっとり、地域の皆様方の健康・医療・福祉を職員一丸となっておまもりいたします。

▶患者さまの権利

患者さまには以下の権利があります。私たち、庄原赤十字病院の職員は、このことを十分尊重した医療に努めます。

- 一、だれもが、良質で安全な医療を平等に受ける権利があります。
- 二、思いやりのある、個人の尊厳が守られる医療を受ける権利があります。
- 三、治療に際し、わかりやすい説明を理解できるまで受け、治療法を選択あるいは拒否する権利があります。
- 四、診断や治療に関して、別の医師の意見を聞く権利(セカンドオピニオン)があります。
- 五、個人のプライバシーが守られる権利があります。
- 六、自分の診療情報の開示を求める権利があります。
- 七、健康に関する指導や情報提供を受ける権利があります。





なごっちゃん

みなさん、こんにちは。1年ぶりの再開です。えぞちゃんの後を継いでこのコーナー頑張らせてもらいます! みよしくん、遠慮なく何でも聞いてごらん。

みよし

はい。なごっちゃん、これからよろしく☆早速なんだけど、わたしあることに気づいちゃった!

なごっちゃん

んん? あること?

みよし

そう! 病院内にはたくさんの自動販売機があるでしょ?

なごっちゃん

そうだね。外来の待合には1台は設置してあるよね。

みよし わたしが気づいたのは、7階のラウンジにある自動販売機のこと!

なごっちゃん

うんうん、あそこの眺めはホントに最高だね。庄原の景色を見ながら飲むコーヒーといったら...

みよし

そうじゃなくて☆自動販売機に赤十字の人の写真が貼ってあったの!

なごっちゃん

ああ! ごめんごめん(汗) あれは、購入金額の一部を日本赤十字社広島県支部へ寄付できる、というものなんだ。他にも、災害時にはお金を入れなくても購入できるものやお薬を飲む用のお水を無料で提供してくれるものもあるんだよ。



みよし へえ~、色々あるんだね。今度院内を探してみよっと♪

心臓リハビリチーム 編

第4回(最終回)

個の力を
生かす

チーム医療

チーム医療とは、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・臨床検査技師などの職種が集まり、互いの専門性を生かして患者さんのために最善をつくす取り組みのことをいいます。今回は「心臓リハビリチーム」にかかわる看護師を紹介します。



看護師

やすだ よしえ
保田 淳江

外来心臓リハビリテーションでは、心臓病をお持ちの患者様の退院後、再発予防や生活習慣の改善の継続、社会復帰を支援しています。また、個別面談を行い、身体の変化や日常生活について聞き取りをすることで、異常の早期発見や必要時には多職種と連携を取り指導を行うことで、病気の悪化を防ぎ生活の質の向上を図っています。

私たち看護師は、病気を抱えながら送る日常生活への不安が少しでも和らぐよう、リハビリ時に可能な限り付き添うなど患者様の心の支えになれるよう努めていきたいと思っています。



看護師

たにくち みほ
谷口 美穂